

ادب حضور و مراقبه

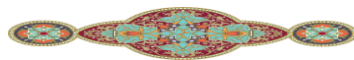
«لو كشف العطاء عن الناس فظروا الى وصل ما بين الله وبين المؤمن خضعت للمؤمن رقابهم وتسهل له امورهم و

لانت ظمائمهم»

اگر پرده ها از میان برداشته میشد و مردم حضور حضرت پروردگار را با خود می دیدند گردنهایشان در آن حضور پائین می افتاد و کارها بر آنان

آسان میشد و عبادات آسان.

(امام جعفر صادق (ع))

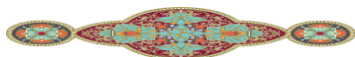


در حضور شمعت آن سان سوختم که دو چشمم از ما سوی بر دوختم

آفتاب رویت آن سان تافت جان کز شاعش گشت دیده ناتوان

در دلم جز اندهی پرپیچ نیست جز همین پرتو به خاطر پیچ نیست

تا تو باشی شرم بادم کز غرور ظلمتی را بنگرم بر طرف نور



با که گویم من ز شاهد ستر و راز هر کجایم با منت آن دلنواز

هر زمان آید به قلمم این نوید که هم او ناظر هم حاضر هم شهید

حضرت استاد

وقتی تو می بینی چون برخاستی محبوب به جایی تو می نشیند
توقفت نادانی است، آنچه از توکل و عدم مصلحت خواهی برای سالک در این
راه شنیدی همین داستان است و تا تو هستی او نیاید، حضور کامل آنجا دست
دهد که تو نباشی. (عبادت عاشقانه ص 248)

. ادب به ظاهر تنها تعلق نگیرد بلکه ادب را سه نمود بود: در اقوال و در
رفتار و در احوال، و رفتار را باید با احوال تطبیق دهی که خلاف آن ریا بود
و چون حال مستقر گردد گفتار و رفتار تابع آن باشد و ادب کامل آن بود که
تو، مراقب هر سه باشی که آن سلطان محبوب را آشکار و پنهان یکی است.
بودند بعضی که عمری تکیه به دیوار ندادند و استاد حضرت آیت الله
نجابت □ را چهل سال ملازم بودم یک لحظه هم او را نشسته در حالت تربع

ندیدم با ساق های لاغری که داشت همیشه دو زانو می نشست و دستهایش روی زانو بود.
(عبادت عاشقانه ص 254)

. چون بر ساحت کبریایی مقصد نائل آمدی آنجا را ادبی خاص بود که در آن منزل نظر جز از او باید گرفت و سراپرده دل از غیر باید خالی ساخت و سپس ظهور معشوق را انتظار برد تا درآید.
(تخیل ص 15)

. ای عزیز آنکه پروردگار خویش را شناخت نظر از او باز نگرفت و در برابر عظمتش يك لحظه از ادب در پیشگاه او غافل نماند.

(ساغر محرص ص 130)

. شهید یعنی حاضر، آن حاضری که عالم نیز هست، وقتی گفته می شود فلان بر موضوعی شاهد است، یعنی او در آن موضوع حاضر بوده و بر آن واقعه اشراف داشته و عالم آن واقعه بوده است. بنابراین خداوند آن حاضر علیم است. نکته ای لطیف بشنو: معشوق را در ادبیات شاهد گفته اند. سرّ آن دانی که چیست؟ در دل عاشق، معشوق همیشه حاضر و شهید است. هر جا عاشق رود معشوق در جانش نشسته، بی او خلوت نتواند. هر صبح که از خواب برخیزد او در نظرش باشد. با هر که سخن گوید در حقیقت با اوست. از این روست که معشوق را شهید و شاهد گفته اند.
(تخیل ص 6 س 180)

. باری وقتی محبوب حاضر است، وقتی محمد (ص) حاضر است، « و یكون الرسول علیکم شهیداً » « و باشد پیامبر بر شما گواه (بقره آیه 138) ، « همدم چه جویی؟ حضور او بهترین قرین و یاد او بس شیرین است. از ترس مگوی تا او کس است و از اغیار ملاف تا او یار است.
(بهان ص 181)

. چون مادر فرزندش را از همه محبوب تر دارد، اگر از فرزندش پرسد که را بیش دوست داری؟ ادب اقتضا کند که بگوید: تو را. چون خداوند بنده اش را دوست دارد و بنده را، رب و خالق و رازق و مبدأ و مرجع اوست ادب مع الله اقتضا کند که بنده از او جز او نخواهد.

خلاف طریقت بود که اولیاء بچونند غیر از خدا از خدا

و بنده مؤدّب آن بود که عرض کرد: یا نعیمی و جنتی یا دنیایی و آخرتی (منجات المریدین). و عبد صالح را سزد که در هر عمل جز قصد قربت او نداشته باشد. بنابراین: « قل انّ صلواتی و نسکی و محیای و مماتی لله رب العالمین. »

(انده نگاهش 11)

. عزیزا! عبادت به بهشت می رساند، ادب به خدا. (جهان ش 79)

. بالاترین مرحله ادب در پیشگاه حق تعالی، خود را در میان ندیدن است.

(جهان ش 80)

. نهایت ادب را از حضرت ایوب یاد بگیریم، نمی گوید خدایا شفا بده، بلکه می فرماید: « این بنده مریض است و تو ارحم الراحمینی. » (جهان ش 92)

. « دَع نَفْسَكَ لِخَالِقِهَا يَفْعَلُ بِهَا مَا يَشَاءُ لَا تَدْخُلُ فِي الْبَيْنِ »

(واگذار نفست را به آفریدگارش تا با آن هرچه خواهد کند، تو در میان نباش
(فی‌نامه مولوی))

و این بهترین شرط ادب بندگی و اوج مبارزه با نفس است، چه در مبارزه با
نفس، تمنیّات آن را واپس زنی و این جا اصل و ریشه را قطع کنی.

(تجلی آخر ص 260)

. ارتباطی بی تکلف بی قیاس هست ربّ الناس را با جان ناس

چون حضرت ربّ الارباب را با مربوب، همه دم حضور قیومی است و یک
لحظه اگر نظر ربوبیّت او برداشته شود مربوب معدوم است، بنابراین ارتباط
از خالق به مخلوق، ارتباط دائمی است، تو با او حیات داری: «هو حیات کل
شیء» (او حیات هر چیزی است «اصول کافی جلد 1» .)

با او می بینی، با او می شنوی، و با او راه می روی و همه اکتسابات تو با
اوست. پس از ناحیه او ارتباط لحظه ای قطع نمی شود؛ نه در منزل نه در
گذرگاه، نه در خواب نه در بیداری نه در مسجد نه در

میخانه نه در سفر نه در حضر. اما صد حیف که بنده این حضور را کمتر در
می یابد و اگر در می یافت لحظه ای از حضرتش غافل نبود. (هدیه با ص 84)

با من بودی تو را نمی دانستم یا من بودی تو را نمی دانستم

رقم زمین من و تو را دانستم تا من بودی تو را نمی دانستم

(فیض کاشانی)

. در آخرت بنده حضور حق تعالی را در انجام گناهان به چشم حق الیقین مشاهده می کند، ولی بسا اینجا از این حضور غافل باشد.

(بان ص 45)

. مراقبت، نخست مرحله اش کشیک دادن بر اندام است تا هیچ عضو انسان از حضور حضرت احدیت غافل نماند و سرکشی نکند، چشم، نامحرم نبیند و گوش، هزل و لغو نشنود و زبان، از ذکر غافل نماند و به غیبت و دروغ نپردازد و گام، به مجلس معصیت وارد نشود و کام، با حرام تماس نداشته باشد. مرحله دوم، مراقبت از خاطرات درون بود که آینه جان را از آن ها بزداییم. و اما مرحله سوم مراقبت، زیر پای خود را کشیدن و از خود بینی و خود خواهی به درآمدن است که چون این کار صورت گیرد سلوک به انجام رسیده باشد و این کار حاصل نشود جز در سایه معرفت (بان ص 212)

. با که گویم من ز شاهد سر و راز هر کجایم با نست آن دلنواز

هر زمان آید به قلم این نوید که هم او ناظر هم حاضر هم شهید

حضرت استاد

بحث مراقبه را از زبان استاد مرحوم آیت الله شیخ حسنعلی نجابت □ به دقت بخوان: (مراقبه طوری است از اطوار نفس، نفس خود ترقی کرده که به مراقبه پرداخته است؛ خود مراقبه یک نحوه ترقی است، کسی که مراقب خودش هست، به اعمال و رفتار خویش می نگرد، سالکی بیدار است، غافل نیست، نمی گذارد نفسش از ناحیه چشمش یا از ناحیه گوشش یا اعضای دیگر آسیب ببیند، حتی متوجه خیالاتش هست، دقت می کند که این خیال که ذهن او را فرا گرفته است از کجاست؟ اجنبی است یا آشناست؟ روی هم رفته اکثر خیالات به درد نمی خورد. بنده مشرف شدم خدمت صاحب المیزان □ فرمود: من غیر از مراقبه هیچ چیز دیگر ندارم، من آنجا ها نرفتم، در خدمت آقای قاضی (ره) فقط مراقبه را آموختم، تمام کمال در نزد این بزرگوار مراقبه بود. خدا رحمتش کند این مرد خیلی منور بود، مراقبه او را یک دسته گل کرده بود، مسلم آن جایی که رفته خیلی خوشتر از این عالم است، باری تمام ارزش مال مراقبه است، اصلاً بی مراقبه سلوک معنی ندارد. اگر کسی مراقب خودش نباشد اصلاً آدم نیست، آن که مراقبت ندارد توقع چه دارد؟ نشئه روحانیت را خداوند می خواهد به انسان تقدیم کند، اما وقتی شخص مراقب نیست صلاحیت معنوی ندارد تا چیزی را کسب کند، این گونه نیست که مراقبت آدم را در منزل خود نگه دارد. صدی هفتاد احتمال دارد علاوه بر صفای خاطر ادراک آدمی را عوض کند. همه ارزش ما در این است که آدمی نفس خودش را فراموش نکند، وقتی خدا را فراموش نکرد همیشه مراقب است.)

(جان ص 212)

. اغلب ورشکستگان بازار، آناند که به حساب دخل و خرج نمی رسند. با اعتبار بانک و وجوه دیگران خود را ثروتمند می دانستند و از اسراف و زیاده روی غافل. روزی کوس رسوائیشان بر سر بازار زدند، دست تهی، خانه ویران، یاران فراری و دشمنان طلب کار همه در کار. زین رو خوش بر آن بازرگان که همه روز به حساب خود بنگرد، ضررها را جبران نماید و از زوائد بکاهد و آبرو نگه دارد. ای عزیز! مگوی من تجارت ندارم و اهل کسب نیستم، که همه در کار کسب و بازاریم.

« الدُّنْيَا سُوقُ الْخُسْرَانِ » (دنیا بازار زیان است). امام علی (ع)

« الدُّنْيَا مَزْرَعَةُ الْآخِرَةِ » (دنیا کشتزار آخرت است). حضرت محمد (ص)

پس تو نیز در این بازار دنیا همه شب به حساب روز خود برس و زیان ها را با توبه و عمل خیر جبران نما. (مرغ سلیمان ص 61)

. چون خورشید عشق بر دل سالک پرتو افکند دیگر جز معشوق نمی بیند و جز به میل او سخن نمی گوید، و یک لحظه از حضور او روی بر نمی تابد.

(هان ص 127)

(سؤال از محضراستاد)

سؤال

استاد گرامی چه کنیم تا مراقبه مثل حضور در نماز باشد یعنی عالم محضر خدا باشد؟ مراقبه یعنی چه و چند مرحله دارد؟

جواب

تا این معرفت برایتان حاصل نشود که نه تنها «بحول الله وقوته اقوم واقعد»، که جانان حضرت حجت است و ضربان قلب و باز شدن ریه شما با او است، این حضور حاصل نمی شود. مراقبه یعنی کشیک دادن بر کفایت و کردار و رفتار و مرتبه کامل آن بر خاطرات و اندیشه هاست.

سؤال

راهنمایی بفرمایید که برای حضور دائم چه باید کرد ؟

جواب

با معرفت معیت حضرت حق تعالی و حضور در محضر او نسنزد شمارا که به جای دیگر توجه داشته باشید. «هو معلم اینما کنتم» «او باشماست هر جا که هستید» (سوره حدید آیه 4) «نحن اقرب الیه من جبل الورد» «او از رک کردن به ما نزدیکتر است» (سوره ق آیه 16)

سؤال

مرحوم آقای طباطبایی □ به شاگردان نزدیک خود که در امر مراقبه مشرف به حضور مع الله شده بودند دستور نشستن به توجه می دادند و

قرائت سوره انشراح و ضحی را سفارش می کردند تا از ثقلت تمثلات مثالیه کاسته شود نظر شما درباره توجه عرفانی و نحوه آن چیست؟

جواب

سلام علیکم: مسلم آن بزرگوار ۱۰ جز دستور صحیح نمینفرمودند و بسا آثار این دو سوره مستند باشد و اما بعد از

آنکه بنده از نظر اعتقادی به اینجارید که: «لا هو الا هو (ذکر خضریه)» و آیاتی نظیر: «هو معکم...»

«اینها تولا فتم وجه الله» و حدیث مستند به امام صادق (ع) «کان الله ولم یکن معه شیئی والآن کما کان»

و نظایر آنها. حال نشستن به توجه با کمترین خلسه و نفسی خاطرات به همین تماشای محبوب است. که تا آدمی در

دنیاست توجه دائم و مستمر نمی تواند باشد، و هر آنچه را خداوند توفیق عنایت فرمود عنایت است.